Charcuterie et viande rouge classées cancérogènes

Zitouni IMOUNACHEN - 2015-10-27 15:45:22 - Vu sur pharmacie.ma

Le Centre international de recherche sur le cancer (Circ), chargé au sein de l'Organisation mondiale de la santé d'évaluer les niveaux de risque de cancer, vient d'ajouter la consommation excessive de charcuterie et, dans une moindre mesure, celle de viande rouge, à son classement qui fait référence dans le monde entier.

La consommation de «viande transformée » (les charcuteries, pour faire simple) rejoint ainsi le groupe des «carcinogènes pour l'homme », la corrélation ayant atteint le plus haut niveau de certitude scientifique sur une échelle de 1 à 5 après analyse de 800 études. La consommation de viande rouge (bœuf, veau, porc, mouton, agneau, cheval) est, elle, inscrite sous l'étiquette «carcinogène probable » en raison d'un niveau de preuve inférieur.

Les experts ont conclu que chaque portion de 50 grammes de charcuterie consommée quotidiennement accroît le risque de cancer colorectal de 18 %. «Le risque de cancer associé à la consommation de viande rouge est plus difficile à estimer parce que les indications montrant que la viande rouge provoque le cancer ne sont pas aussi fortes. Toutefois, […] les données des mêmes études laissent penser que le risque de cancer colorectal pourrait augmenter de 17 % pour chaque portion de 100 grammes de viande rouge consommée par jour », écrit le Circ dans un communiqué.

«Pour un individu, le risque de développer un cancer colorectal à cause de sa consommation de charcuterie reste faible, mais ce risque grandit avec la quantité de viande consommée », précise le Dr Kurt Straif, qui dirige le programme des monographies (autre nom donné à ce classement) au Circ.

Si le grand public s'émouvait hier de cette ombre portée à des produits ô combien appréciés, les experts des liens entre cancer et nutrition ne sont pas surpris. «C'est une forme d'officialisation de ce qu'avaient déjà écrit le World Cancer Research Fund International et l'Institut national du cancer (Inca)», estime le Dr Dominique Bessette, responsable du département prévention à l'Inca.